

impegno betekent toewijding:
dat is waar we voor staan!
Wij gaan ervoor, jij toch ook?

Wil je jezelf aanmelden?

Je kunt jezelf aanmelden via onze website www.impegno.nl.
Om te kunnen starten heb je een verwijfsbrief van je huisarts
nodig. Onze medewerkers kunnen je hier meer over vertellen.
Kijk voor de contactgegevens van het team in jouw gemeente
op www.impegno.nl/teams.

Contact

Wij hebben diverse teams verspreid over het land.
Kijk op onze website www.impegno.nl/teams en vind daar
de contactgegevens van het team in jouw gemeente.

Servicekantoor

A Postbus 7058, 2701 AB Zoetermeer
T 0900 - 467 3 466 (0900 - impegno)
E info@impegno.nl
I www.impegno.nl

Psychologische behandeling voor volwassenen

Wij gaan ervoor, jij toch ook?



Als je merkt dat je vastloopt in je leven, zoeken we met je naar een oplossing!

Herken je jezelf in de onderstaande klachten?

- Merk je dat je steeds tegen dezelfde problemen aanloopt in je leven? Lukt het je ook niet dit te veranderen?
 - Ben je vaak boos, bang of somber en lukt het je moeilijk om beter in je vel te zitten?
 - Heb je veel last van concentratieproblemen en lijdt je werk of school hieronder?
 - Heb je iets naars meegemaakt en heb je last van nachtmerries of herbelevingen?
 - Merk je moeite te hebben met sociale contacten of ben je snel onzeker?
- impegn kan je helpen om hier iets aan te doen!

Wat doen we?

In behandeling gaan we samen op zoek naar waarom je vastloopt in je leven en helpen we je om dit te doorbreken en te veranderen. Dit kan door individuele behandeling en soms ook met groepsbehandeling. We hebben uitgebreide ervaring met het helpen van mensen met onder meer angst, depressie, posttraumatische stressstoornis (PTSS), persoonlijkheidsproblemen, ADHD en autisme.

Wat voor behandelingen bieden wij aan?

Er wordt veel onderzoek gedaan naar welke behandelingen goed werken. We houden dit soort ontwikkelingen goed in de gaten en proberen onze psychologen continu bij te scholen in behandeltechnieken. De belangrijkste behandelingen die

we kunnen inzetten bij jou zijn onder andere cognitieve gedragstherapie (CGT), schematherapie, EMDR, Mindfulness en Mentalisation Based Treatment (MBT). Hiervoor hebben wij de mogelijkheid om gebruik te maken van digitale behandelmodules, zoals e-health en beeldbellen.

Hoe werken we?

Wanneer we je aanmelding hebben ontvangen nodigen we je uit voor een gesprek. Zo kunnen we kennismaken en bespreken wat er aan de hand is en welke hulp geschikt zou zijn. Vaak doen we eerst onderzoek om duidelijker te krijgen wat er precies aan de hand is. Samen met jou stellen we hulpvragen en doelen op die we vastleggen in een behandelplan. Naast het contact met je behandelaar werk je ook zelf aan je vooruitgang. We evalueren regelmatig hoe het met je gaat, of de behandeling goed werkt en of de gekozen doelen nog de juiste zijn.

Waarom zou je voor impugno kiezen?

- Er wordt snel gestart nadat je contact met ons hebt opgenomen.
- Als het nodig is kunnen we dit traject combineren met eventuele andere zorgtrajecten.
- Er wordt bij ons nauw samengewerkt tussen collega's, maar ook met andere professionals.
- We geven niet zomaar op.



‘Ik begrijp beter waar mijn angsten vandaan komen en heb geleerd ermee om te gaan. Daardoor heb ik meer rust in mijn hoofd en in mijn leven.’